

STUDENTŲ EMOCIJŲ VALDYMO IR PERKELTOSIOS AGRESIJOS SĄSAJA

Loreta Zajančauskaitė-Staskevičienė, Gintarė Raštutytė

Vytauto Didžiojo universitetas

Anotacija

Straipsnyje aptariami emocijų valdymo ir perkeltosios agresijos reiškiniai, pristatomos įvairių autorių teorinės nuostatos dėl šių ir jiems artimų reiškinių. Perkeltosios agresijos reiškinys dar nedaug tyrinėtas, bet labai aktualus socialinio ugdymo, smurto prevencijos srityse. Pristatomas emocijų valdymo sunkumų ir perkeltosios agresijos sąsajos tyrimas studentų imtyje. Pasirinkti tiriamieji, kurių būsima profesija daugiau ar mažiau tiesiogiai susijusi su kitų asmenų agresija, nusikalstamu elgesiu. **PAGRINDINIAI ŽODŽIAI:** emocijų valdymas, perkeltaji agresija, savikontrolė, elgesys, studentai.

Abstract

The article discusses emotion regulation and displaced aggression phenomena, as well as different theoretical approaches to these and similar phenomena. Little research has been conducted on displaced aggression, but it's very relevant in such areas as social education and violence prevention. The study of relationship between emotion regulation and displaced aggression in students' sample is presented. The chosen subjects are those whose future profession is more or less directly associated with aggression and criminal behaviour.

KEYWORDS: emotion regulation, displaced aggression, self-control, behaviour, students.

Įvadas

Nepaisant įvairių prevencijos priemonių, agresiją lemiančių veiksnių tyrimai išlieka aktualūs ir šiandien. Perkeltosios agresijos tyrimai gali padėti suvokti tokius incidentus, kai agresijos veiksams paaiškinti sunku atrasti objektyvių priežasčių. Vienas svarbių veiksnių analizuojant agresijos reiškinį yra emocijų valdymas (McNulty, Hellmuth, 2008). Gebėjimas adaptyviai taikyti emocijų valdymo strategijas glaudžiai susijęs su agresyviu elgesiu (De Castro, Merk, Koops, Veerman, Bosch, 2005). Lietuvoje emocijų valdymas ir perkeltaji agresija mažai tyrinėti reiškiniai, todėl kėlėme tikslą apžvelgti užsienio autorių darbus šioje srityje ir įvertinti, kaip emocijų valdymas siejasi su perkeltąja agresija studentų imtyje.

Emocijų valdymo samprata. Emocijų valdymas tyrinėjamas jau du dešimtmečius, bet dar nesusiformavusi aiški šio reiškinio samprata. J. J. Gross (1998) emocijų valdymą apibūdina kaip procesą, kai žmogus daro įtaką savo emocijoms, emociinei patirčiai ir išraiškai. Kiti autoriai emocijų valdymą taip pat apibrėžia kaip emocinės patirties ir išraiškos kontrolę, ypač akcentuodami neigiamų emocijų kontrolę ir emocinio sužadavimo slopinimą (Garner, Spears, 2000).

Yra autorių, kurie akcentuoja funkcinį emocijų valdymo natūralumą, tvirtindami, kad emocijų valdymas apima gebėjimą reaguoti emocingai ir derinti savo

emocinę patirtį bei išraišką prie aplinkos reikalavimų, tuo tarpu *kontrolė* reiškia emocijų suvaržymą / apribojimą (Cole, Michel, Teti, 1994; Gratz, Roemer, 2004). K. L. Gratz ir L. Roemer (2004) tyrimai leido išskirti veiksnius – *emocijų valdymo sunkumus*. Tai emocijų neįsisąmoninimas ir nesupratimas, jų nepriėmimas, negebėjimas kontroliuoti impulsyvaus elgesio ir atitinkamai elgtis siekiant užsibrėžto tikslo, patyrus neigiamų emocijų, bei negebėjimas emocinių reakcijų derinti prie situacijos.

Gebėjimas valdyti neigiamas ir teigiamas emocijas, derinant jas prie situacijos, yra sėkmingo žmogaus funkcionavimo požymis (Giuliani, McRae, Gross, 2008). Dauguma tyrimų analizuoja emocijų susilpninimo galimybes, nes jos labiau susijusios su žmogaus funkcionavimo sunkumais, nei emocijų stiprinimas. Analizuojant konkrečius emocijų valdymo būdus dažnai vartojamas terminas *strategijos*, išryškinant žmogaus emocijų valdymo sąmoningumą, nors neatmetama nuomonė, kad dažnai emocijų valdymo procesai vyksta automatiškai, sąmoningai to neapmąščius ar nesupratus (Gross, 1998).

Didelę įtaką emocijų valdymo gebėjimams turi žmogaus supratimas, kokia emocija jaučiama, nes teigiamoms ir neigiamoms emocijoms valdyti taikytinos skirtingos valdymo strategijos (Feldman, Gross, Christensen, Benvenuto, 2001). Asmuo, negebėdamas suprasti emocijos kokybės, intensyvumo, tikėtina, patirs emocijų valdymo ir bendros adaptacijos sunkumų. Tačiau gebėjimas suvokti patiriamas emocijas dar negarantuoja, kad jis gebės adaptyviai jas valdyti. Skiriamas dar vienas svarbus aspektas, galintis daryti įtaką emocijų valdymo sunkumams – emocijų nepriėmimas. Nustatyta, kad nepriimama tada, kai emocijos įvertinamos kaip blogos ar klaidingos, pavyzdžiui, baimė ar gėda, ir toks įvertinimas gali skatinti vengti šių emocijų (Gratz, Tull, Wagner, 2005). Pavyzdžiui, jei kas nors apipila jūsų užrašus kava, tikėtina, kad jausite pyktį ar susierzinimą. Tačiau, jei buvote išauklėtas manyti, kad pykti yra negerai, tikėtina, kad pradėsite jausti gėdą ar nerimą, o pykčio neįsisąmoninsite. Kai kurių emocinių reakcijų nepriėmimas gali būti nulemtas ne tik auklėjimo, bet ir vaikystėje patirtos prievartos (Gratz, Bornovalova, Delany-Brumsey, Nick, Lejuez, 2007).

Svarbu aptarti emocijų valdymo ir asmens savikontrolės ryšį. M. T. Gailliot, B. J. Schmeichel ir R. F. Baumeister (2006) teigimu, *savikontrolė* – tai gebėjimas kontroliuoti ar atmesti savo mintis, emocijas, potraukius ir elgesį. Veiksminga savikontrolė siejasi su sveikesniais tarpasmeniniais santykiais, didesniu populiarumu, geresne psichine sveikata, efektyvesniais streso įveikos įgūdžiais, mažesne agresija (Gailliot et al., 2006).

Vienas iš bendros savikontrolės elementų yra gebėjimas susikoncentruoti ir užsiimti tam tikra veikla, siekti tikslų, patyrus neigiamų emocijų. Eksperimentiniai

tyrimai palaiko šią prielaidą, kad gebėjimas valdyti neigiamas emocijas yra svarbus veiksnys, atliekant pažintines užduotis ar siekiant tikslų (Tice, Bratslavsky, Baumeister, 2001). Savikontrolė yra vienas svarbiausių veiksnių, kai kalbame apie agresyvų elgesį. Asmuo, turintis emocijų valdymo, savikontrolės sunkumų, tikėtina, dažniau bus linkęs ištraukti į agresyvų elgesį.

Agresijos ir emocijų valdymo sąsaja. Agresija suprantama kaip priešiškas elgesys kito atžvilgiu. Perkeltoji agresija pasireiškia tada, kai asmuo provokuojamas, bet nenori arba negali agresijos parodyti tikrajam agresijos sukėlėjui ir ją nukreipia į kitą taikinį. T. F. Denson, W. C. Pedersen ir N. Miller (2006) pažymi, kad perkeltoji agresija daugeliu aspektų artima tiesioginei agresijai. Daugelis tų pačių procesų, kurie daro įtaką bendrai agresijai, pasireiškia ir perkeltosios agresijos veiksmuose. W. C. Pedersen, C. Gonzales, N. Miller (2000) įrodė, kad perkeltoji agresija labiau tikėtina tada, kai agresiją sukeliantys įvykiai ar faktai laikomi subjektyviai nereikšmingais, tuo tarpu reikšmingi stimulai dažniau sukelia tiesioginę agresiją. Remiantis perkeltosios agresijos supratimu, galima paaiškinti agresyvius veiksmus, kuriems, objektyviai žiūrint, tarsi nėra priežasčių. Teigiami jausmai, nukreipti į kitą asmenį, neprognozuoja, kad agresyvaus elgesio sumažės. Tai patvirtina agresijos dažnumas šeimose (Gratz, Paulson, Jakupcak, Tull, 2009).

Kai asmuo tiesiogiai konfrontuoja su kito asmens agresija, jis naudoja įvairius įveikos būdus, tačiau kai asmuo pasižymi aukštesniu perkeltosios agresijos lygiu, jis dažniau taiko apmąstymo įveiką (Denson et al., 2006). Minėtas apmąstymas, tiksliau, pykčio, keršto apmąstymas, yra pagrindinis perkeltosios agresijos išreikštumą lemiantis veiksnys (Archer, Ireland ir Power, 2007). Svarbu tai, kad pyktį sukeliančio įvykio ar paties pykčio apmąstymas šią emociją tik dar labiau sustiprina.

Pykčio išreiškimas dažnai suvokiamas kaip efektyvus būdas, padedantis pasijusti geriau (Bushman, Baumeister, Phillips, 2001; Gratz et al., 2009). Perkeltajai agresijai įtaką daro ne tik pykčio emocija, bet ir liūdesio, prislėgtumo valdymo gebėjimas (Sullivan, Helms, Kliever, Goodman, 2010). A. M. Cohn, M. Jakupcak, L. A. Seibert, T. B. Hildebrandt ir A. Zeichner (2010) nustatė, kad vyrų emocijų valdymo sunkumai susiję su jų sunkumais suprasti ir toleruoti emocijas. Svarbiausiu veiksniu, sąveikaujant emocijų valdymui ir agresijai, laikomas asmens gebėjimas taip valdyti emocijas, kad jos atitiktų situacijos reikalavimus, o ne rigidiškas tų pačių strategijų taikymas visose gyvenimo situacijose.

Šio tyrimo tikslas: įvertinti studentų emocijų valdymo sunkumų ryšį su perkeltąja agresija. Pasirinkta imtis tiriamųjų, kurių būsima profesija daugiau ar mažiau tiesiogiai susijusi su agresija, nusikalstamu elgesiu. Policijos ir teismų institucijos visuomenėje suvokiamos kaip jėgos / kontrolės struktūros. Asmenys, dirbantys tokį darbą, dažnai susiduria su kitų žmonių agresija. Teisės studentų grupė

ateityje greičiausiai su nusikalstamomis veikomis susidurs antriniame lygmenyje, t. y. teismo institucijose, konsultuojant klientus, įtariamus padarius nusikalstamą veiką ir pan. Tuo tarpu studentai, pasirinkę policijos veiklos / valstybės sienos apsaugos specializacijas, greičiausiai dirbs nusikalstamos veikos įvykdymo vietose, kur daug didesnė tikimybė patirti agresiją. Suprantama, kad jaunuoliai renkasi specialybę apsvartę ir įvertinę savo gebėjimus įveikti emocinius iššūkius. Tikėtina, kad tokioje tiriamųjų imtyje emocijų valdymo ir perkeltosios agresijos charakteristikų sąsaja bus ryškiau išreikšta.

Hipotezės:

- Labiau išreikšti emocijų valdymo sunkumai susiję su aukštesniais perkeltosios agresijos rodikliais.
- Studentų emocijų valdymo sunkumai ir perkeltosios agresijos rodikliai skiriasi, atsižvelgiant į tai, kiek pasirinkta profesija siejasi su viešosios tvarkos palaikymo funkcija.

Tiriamieji: 178 studentai, iš jų 82 (46,1 %) vaikinai ir 96 (53,9 %) merginos. Dalyvavo 85 (47,8 %) 2 kurso ir 93 (52,2 %) 3 kurso VDU bei MRU studentai. Iš jų 83 (46,6 %) studijuoja teisės specialybę, 95 (53,48) – teisės ir policijos veiklos (toliau – T/PV), teisės ir valstybės sienos apsaugos (toliau – T/VSA) specialybes.

Metodai. Emocijų valdymo sunkumų skalę (angl. *Difficulties in Emotion Regulation Scale* – *DERS*; Gratz, Roemer, 2004) sudaro 36 teiginiai, kurie apima 6 veiksnius:

1. Emocinio atsako nepriėmimas (angl. *Nonacceptance of Emotional Response*) (6 teiginiai, pvz., „kai būnu prislėgtas, aš gėdinuosi tokių savo jausmų“).
2. Sunkumai užsiimti tikslinga veikla (angl. *Difficulties Engaging in Goal-Directed Behavior*) (5 teiginiai, pvz., „kai būnu prislėgtas, aš sunkiai susikoncentruoju“).
3. Impulsų kontrolės sunkumai (angl. *Impulse Control Difficulties*) (6 teiginiai, pvz., „kai būnu prislėgtas, man sunku kontroliuoti savo elgesį“).
4. Emocinio supratimo trūkumas (angl. *Lack of Emotional Awareness*) (6 teiginiai, pvz., „kai būnu prislėgtas, aš pripažįstu savo emocijas“).
5. Ribotas emocijų valdymo strategijų taikymas (angl. *Limited Access to Emotion Regulation Strategies*) (8 teiginiai, pvz., „kai būnu prislėgtas, aš tikiu, jog susitaikymas yra viskas, ką aš galiu padaryti“).
6. Emocinio aiškumo trūkumas (angl. *Lack of Emotional Clarity*) (5 teiginiai, pvz., „aš gerai suprantu savo jausmus“).

Tiriamasis kiekvieną teiginį vertina pagal 5 balų skalę: 1 – „beveik niekada“, 2 – „retai“, 3 – „kartais“, 4 – „dažnai“, 5 – „beveik visada“. Subskalių įverčiai skaičiuojami sumuojant jas sudarančių teiginių įvertinimus. Skaičiuojamas ir bendras skalės rodiklis. Kuo didesnis rodiklis, tuo didesnius sunkumus asmuo patiria, siekdamas suvaldyti savo emocijas. Subskalių vidinio suderinamumo koeficientas *Cronbach α* – nuo 0,67 iki 0,84. Leidimą versti ir naudoti metodiką davė jos autorė dr. K. L. Gratz.

Perkeltosios agresijos klausimyną (angl. *The Displaced Aggression Questionnaire – DAQ*, Denson et al., 2006) sudaro 31 teiginys. Skiriami 3 veiksniai:

1. Pykčio apmąstymas (angl. *Angry Rumination*): įvertinamas emocinis komponentas, kurį sudaro polinkis susitelkti ties savo pykčiu, 10 teiginių (pvz., „aš ilgai galvoju apie įvykius, kurie man sukėlė pyktį“).
2. Perkeltoji agresija (angl. *Displaced Aggression*): įvertinamas elgesio komponentas – polinkis elgtis agresyviai su tais, kurie nėra pirminiai agresijos sukėlėjai, 10 teiginių (pvz., „kai kas nors mane supykdo, tikėtina, jog aš išliesiu savo pyktį ant ko nors kito“).
3. Keršto planavimas (angl. *Revenge Planning*): įvertinamas kognityvinis komponentas – polinkis planuoti kerštą, 11 teiginių (pvz., „po įvykusio konflikto aš ilgai įsivaizduoju kerštą“).

Tiriamasis kiekvieną teiginį įvertina pagal 7 balų skalę: nuo 1 – „teiginys visiškai man netinka“, iki 7 – „teiginys man labai tinka“. Skaičiuojama kiekvieno veiksnio ir visos skalės rodikliai. Kuo didesnis rodiklis, tuo labiau išreikšta perkeltoji agresija ar pavieniai jos komponentai. Subskalių vidinio suderinamumo koeficientas *Cronbach α* – nuo 0,92 iki 0,94. Klausimynas laisvai prieinamas internete.

Duomenys analizuoti *SPSS 17.0* versija.

Rezultatai. Mano-Vitnio-Vilkoksono kriterijus parodė, kad emocijų valdymo sunkumų rodiklio skirtumai merginų ir vaikinų grupėse statistiškai nereikšmingi ($p > 0,05$). Tačiau tikrinant pavienių emocijų valdymo sunkumų veiksnį skirtumai matomi: vaikinams labiau nei merginoms būdingas *emocinio supratimo trūkumas* ($p < 0,05$), o merginoms labiau nei vaikinams būdingas *emocinio atsako nepriėmimas* ($p < 0,05$), *ribotas emocijų valdymo strategijų naudojimas* ($p < 0,05$) ir *emocinio aiškumo trūkumas* ($p < 0,05$) (žr. 1 lentelę).

1 lentelė. Merginų ir vaikinų emocijų valdymo sunkumai
Table 1. Difficulties in emotion regulation of girls and boys

Emocijų valdymo sunkumai	Kintamasis	<i>N</i>	Vidutinis rangas	<i>U</i>	<i>Z</i>	<i>p</i>
Emocinio atsako nepriėmimas	Merginos	96	97,35	3182	-2,210	0,027*
	Vaikinai	82	80,3			
Sunkumai užsiimti tikslinga veikla	Merginos	96	95,73	3337,5	-1,754	0,079
	Vaikinai	82	82,2			
Impulsų kontrolės sunkumai	Merginos	96	94,47	3458,5	-1,398	0,162
	Vaikinai	82	83,68			
Emocinio supratimo trūkumas	Merginos	96	80,66	3087,5	-2,486	0,013*
	Vaikinai	82	99,85			
Ribotas emocijų valdymo strategijų taikymas	Merginos	96	100,93	2839	-3,207	0,001*
	Vaikinai	82	76,12			
Emocinio aiškumo trūkumas	Merginos	96	97,29	3188,5	-2,194	0,028*
	Vaikinai	82	80,38			

*Z – Mano-Vitnio-Vilkoksono kriterijus; * $p < 0,05$*

Perkeltosios agresijos rodiklio skirtumai merginų ir vaikinų grupėse statistiškai nereikšmingi ($p > 0,05$), tarp atskirų perkeltosios agresijos veiksmų statistiškai reikšmingų skirtumų pagal lytį taip pat nėra ($p > 0,05$).

Tikrinant, ar labiau išreikšti emocijų valdymo sunkumai susiję su aukštesniais perkeltosios agresijos rodikliais, nustatytas statistiškai reikšmingas emocijų valdymo sunkumų ir perkeltosios agresijos ryšys merginų ($r = 0,404$; $p < 0,001$) ir vaikinų ($r = 0,500$; $p < 0,001$) grupėse. Nustatytas statistiškai reikšmingas emocijų valdymo sunkumų ir perkeltosios agresijos ryšys teisę ($r = 0,688$; $p < 0,001$) ir T/PV ir T/VSA ($r = 0,561$; $p < 0,001$) studijuojančių studentų imtyse. Taigi labiau išreikšti emocijų valdymo sunkumai susiję su aukštesniais perkeltosios agresijos rodikliais, šis ryšys išlieka, analizuojant duomenis konkrečios specialybės ribose – tiek merginų, tiek vaikinų grupėse.

Kaip susiję pavieniai emocijų valdymo sunkumų ir perkeltosios agresijos veiksniai, matome 2 lentelėje. Statistiškai reikšmingo ryšio nėra tik tarp emocinio supratimo trūkumo ir perkeltosios agresijos bei keršto planavimo ($p > 0,05$).

2 lentelė. Emocijų valdymo sunkumų ir perkeltosios agresijos veiksnių sąsaja
 Table 2. Correlation between factors of difficulties in emotion regulation and displaced aggression

Emocijų valdymo sunkumai		Pykčio apmąstymas	Perkeltoji agresija	Keršto planavimas
Emocinio atsako nepriėmimas	<i>r</i>	0,453	0,391	0,363
	<i>p</i>	0,000*	0,000*	0,000*
Sunkumai užsiimti tikslinga veikla	<i>r</i>	0,603	0,493	0,390
	<i>p</i>	0,000*	0,000*	0,000*
Impulsų kontrolės sunkumai	<i>r</i>	0,449	0,590	0,390
	<i>p</i>	0,000*	0,000*	0,000*
Emocinio supratimo trūkumas	<i>r</i>	-0,199	-0,033	0,029
	<i>p</i>	0,008*	0,640	0,759
Ribotas emocijų valdymo strategijų taikymas	<i>r</i>	0,570	0,472	0,369
	<i>p</i>	0,000*	0,000*	0,000*
Emocinio aiškumo trūkumas	<i>r</i>	0,423	0,382	0,303
	<i>p</i>	0,000*	0,000*	0,000*

R – Spirmeno koreliacijos koeficientas; **p* < 0,001

Tikrinant, ar teisės specialybę ir T/PV ir T/VSA specialybes studijuojančių studentų bendro emocijų valdymo sunkumų rodiklio įverčiai skiriasi, nustatėme statistiškai reikšmingą skirtumą ($t = -3,716$; $p < 0,001$). Perkeltosios agresijos rodiklio įverčių skirtumai teisės specialybę ir T/PV ir T/VSA specialybes studijuojančių studentų imtyse taip pat statistiškai reikšmingi ($t = -3,376$; $p < 0,001$). T/PV ir T/VSA specialybes studijuojantiems studentams mažiau nei teisės specialybę studijuojantiems studentams būdingi emocijų valdymo sunkumai ir aukštesni perkeltosios agresijos rodikliai.

Aptarimas. Rezultatai parodė, kad labiau išreikšti emocijų valdymo sunkumai susiję su aukštesniais perkeltosios agresijos rodikliais. Tai atitinka kitų tyrėjų išvadas, kad asmens gebėjimas ar negebėjimas valdyti savo emocinės patirties susijęs su agresyviu elgesiu (McNulty, Hellmuth, 2008; Sullivan et al., 2010). Kita

vertus, nustatyta koreliacija tarp emocijų valdymo sunkumų ir perkeltosios agresijos neprieštarauja kitų autorių išvadai, kad pastangos valdyti emocines būsenas yra priežastis, kuri emocinį distresą veda prie agresijos (Bushman et al., 2001). Gebėjimas valdyti savo neigiamas emocijas glaudžiai susijęs su jų išreiškimo būdu. Didesni emocijų valdymo sunkumai susiję su stipresne tendencija emocijas išreikšti priešišku elgesiu. Tačiau čia svarbu paminėti, kad nuolatinis emocijų slopinimas gali būti susijęs su sveikatos problemomis, nuotaikų svyravimais ir nerimu (Gross, 1998).

Emocijų valdymo sunkumai reikšmingai susiję beveik su visais perkeltosios agresijos veiksniais, nenustatytas statistiškai reikšmingas ryšys tik tarp emocinio supratimo trūkumo ir perkeltosios agresijos bei keršto planavimo ($p > 0,05$). Tai galima paaiškinti remiantis M. Southam-Gerow ir P. C. Kendall (2002) gautais rezultatais, kad labai dažnai emocijų įsisąmoninimo sunkumai pasireiškia tada, kai patiriamos daugialypės / sudėtinės emocijos. Tada sunkiau suvokti emocijų valentingumą (pvz., daugialypės teigiamas emocijas sunkiau suprasti negu vien neigiamas ar vien teigiamas), jų intensyvumą (pvz., tik labai stiprias ar tik labai silpnas emocijas lengviau suprasti negu keletą skirtingo stiprumo emocijų) (Southam-Gerow, Kendall, 2002). *Apmąstymas* apima du elementus – pyktį sukėlusio įvykio apmąstymas ar pakartotinis išgyvenimas ir keršto veiksmų mintyse repetavimas (Denson et al., 2006). Pykčio apmąstymas laikomas afektyviu perkeltosios agresijos komponentu, kai susitelkiama ties šia emocija, t. y. tik ties pykčiu, tada nesunku jį suprasti. Keršto planavimas ar įsivaizdavimas laikomas kognityviniu komponentu, kai nieko nedaroma šiuo metu, tačiau jaučiama frustracija ir planuojama atkeršyti vėliau (Archer, Ireland, Power, 2007). Nukreipiamas dėmesys nuo pačios emocijos, kuriami keršijimo planai, tuo tarpu jaučiama emocija tampa sunkiai suprantama.

Analizuojant emocijų valdymo ir studijuojamos specialybės sąsają, nustatytas reikšmingas ryšys. Teisės specialybę studijuojantys studentai pasižymi labiau išreikštais emocijų valdymo sunkumais nei teisės ir policijos veiklos, teisės ir valstybės sienos apsaugos specialybes studijuojantys studentai. Pasitvirtino prielaida, kad būsimi viešojo saugumo pareigūnai geba puikiai valdyti savo emocijas. Mažesni šių studentų emocijų valdymo sunkumai gali būti susiję su asmeninėmis charakteristikomis, pvz., didesniu emociniu stabilumu. Tiek mokymosi, tiek ir tolesnė profesinės veiklos struktūra, pasižyminti kontrolės, tvarkos reikalavimais iš asmens, pasiryžusio nuolatos būti tokioje sistemoje, neabejotinai reikalauja tam tikrų asmenybės bruožų. Pavyzdžiui, V. Smalskys (2008), išanalizavęs dabartinio laikotarpio iššūkius policijos personalui, teigia, kad pareigūnai

turi pasižymėti tokiomis asmeninėmis kompetencijomis, kaip gebėjimas keistis ir pasitikėti savimi. Asmens keitimosi procese ypač svarbus tam tikrų emocijų išgyvenimas ir gebėjimas jas valdyti. Ne mažiau svarbus veiksnys yra ir studentų motyvacija studijuoti tam tikrą specialybę. Noras dirbti tvarką, saugumą prižiūrinčioje sistemoje pirmiausia turėtų skatinti asmenį įvertinti savo paties elgesio, emocijų kontrolės gebėjimus. Šiuo tyrimu taip pat nustatyta, kad teisės specialybę studijuojantys studentai pasižymi labiau išreikštais perkeltosios agresijos rodikliais nei teisės ir policijos veiklos bei teisės ir valstybės sienos apsaugos specialybes studijuojantys studentai. Tokius gautus rezultatus taip pat galima vertinti teisės ir policijos veiklos, teisės ir valstybės sienos apsaugos specialybių studentų turimų savybių kontekste: kad gebėtum suvaldyti kitų žmonių agresyvų elgesį, pats turi puikiai kontroliuoti savo elgesį, būti mažiau agresyvus. Galime pasidžiaugti, kad būsimųjų specialistų charakteristikos atitinka teorinius lūkesčius.

Vienas iš bandymų paaiškinti emocijų valdymo sunkumus yra tyrimai, kuriuos atliekant siekiama nustatyti traumuojančios patirties ir asmens gebėjimo tinkamai valdyti patiriamas emocijas ryšį (Gratz et al., 2007). Pakartotinis asmens susidūrimas su situacija, kuri panaši į ankstesnę nemalonią patirtį, apriboja jo kognityvinius gebėjimus tinkamai įvertinti naują situaciją. Nustatyta, kad emocijų stebėjimas, suvokimas ir jų valdymas gali sumažinti elgesio agresyvumą (De Castro, Merk, Koops, Veerman, Bosch, 2005). Taigi, remiantis kitų autorių ir mūsų tyrimo išvadomis, galima tvirtinti, kad tinkamo emocijų valdymo ugdymas gali būti prielaida mažinti ne tik tiesioginės, bet ir perkeltosios agresijos apraiškas elgesyje. Panašias išvadas daro mokslininkai, tiriantys emocinio intelekto ir mentalizacijos gebėjimo reiškinius.

Būtų prasminga tęsti emocijų valdymo ir perkeltosios agresijos tyrimus, apimančius įvairias tiriamųjų imtis. Įvairios šių dienų socialinės situacijos dažnai reikalauja maksimalaus emocijų valdymo, tuo tarpu populiariojoje literatūroje pateikiama abejotino pagrįstumo rekomendacijų, kaip įveikti nemalonus emocijas, suvaldyti agresiją ir pan. Agresijos potencialas viešojoje erdvėje taip pat rodo, kad būtina tęsti mokslinius šių reiškinių tyrimus, jų rezultatus pritaikant socialinio ugdymo, psichoterapijos srityse. Paprastai matome, kad viešąją tvarką palaiko pareigūnai vyrai, tačiau net iš šio tyrimo imties matyti, kad vyrų ir moterų, pasirengusių dirbti šį darbą, skaičius labai panašus. Įgyvendinant lyčių lygių galimybių principą, ilgainiui gali keistis emocijų valdymo lūkesčiai ir stereotipai, kurie taip pat susiję su agresijos ir kitų emocijų valdymo gebėjimais.

Išvados

1. Labiau išreikšti studentų emocijų valdymo sunkumai, susiję su aukštesniais perkeltosios agresijos rodikliais.
2. Teisės specialybę studijuojantiems studentams būdingi labiau išreikšti emocijų valdymo sunkumai, o perkeltosios agresijos rodikliai aukštesnei T/PV ir T/VSA specialybes studijuojančių studentų.

Gauta 2013 09 13

Pasirašyta spaudai 2013 12 04

Literatūra

- Archer, J., Jane, L. I., Christina, L. P. (2007). Differences between bullies and victims, and men and women, on aggression related variables among prisoners. *British Journal of Social Psychology* 46(2): 299–322.
- Bushman, B. J., Baumeister, R. F., Phillips, C. M. (2001). Do people agree to improve their mood? Catharsis beliefs, affect regulation opportunity, and aggressive responding. *Journal of Personality and Social Psychology* 81: 17–32.
- Cohn, A. M., Jakupcak, M., Seibert, L. A., Hildebrandt, T. B., Zeichner, A. (2010). The role of emotion dysregulation in the association between men's restrictive emotionality and use of physical aggression. *Psychology of Men & Masculinity* 11(1): 53–64.
- Cole, P. M., Michel, M. K., Teti, L. O. (1994). The development of emotion regulation and dysregulation: A clinical perspective. In: N. A. Fox (ed.). *The development of emotion regulation: Biological and behavioral considerations. Monographs of the Society for Research in Child Development* 59: 73–100.
- De Castro, B. O., Merk, W., Koops, W., Veerman, J. W., Bosch J. D. (2005). Emotions in social information processing and their relations with reactive and proactive aggression in referred aggressive boys. *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology* 34: 105–116.
- Denson, T. F., Pedersen, W. C., Miller, N. (2006). The displaced aggression questionnaire. *Journal of Personality and Social Psychology* 90: 1032–1051.
- Feldman, B. L., Gross, J., Christensen, T. C., Benvenuto, M. (2001). Knowing what you're feeling and knowing what to do about it: Mapping the relation between emotion differentiation and emotion regulation. *Cognition and emotion* 15 (6): 713–724.
- Gailliot, M. T., Schmeichel, B. J., Baumeister, R. F. (2006). Self-regulatory processes defend against the threat of death: Effects of self-control depletion and trait self-control on thoughts and fears of dying. *Journal of Personality and Social Psychology* 91: 49–62.
- Garner, P. W., Spears, F. M. (2000). Emotion regulation in low-income preschoolers. *Social Development* 9: 246–264.
- Giuliani, N., McRae, K., Gross, J. J. (2008). The up- and down- regulation of amusement: experiential, behavioral, and autonomic consequences. *Emotion* 8: 714–719.
- Gratz, K. L., Roemer, L. (2004). Multidimensional assessment of emotion regulation and dysregulation: Development, factor structure, and initial validation of the Difficulties in Emotion Regulation Scale. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment* 26: 41–45.
- Gratz, K. L., Tull, M. T., Wagner, A. W. (2005). Applying DBT mindfulness skills to the treatment of clients with anxiety disorders. In: S. M. Orsillo, L. Roemer (eds.). *Acceptance and mindfulness-based approaches to anxiety: Conceptualization and treatment*. New York: Springer.
- Gratz, K. L., Bornovalova, M. A., Delany-Brumsey, A., Nick, B., Lejuez, C. W. (2007). A laboratory-based study of the relationship between childhood abuse and experiential avoidance among inner-city substance users: The role of emotional non-acceptance. *Behavior Therapy* 38: 256–268.
- Gratz, K. L., Paulson, A., Jakupcak, M., Tull, M. T. (2009). Exploring the relationship between childhood maltreatment and intimate partner abuse: Gender differences in the mediating role of emotion dysregulation. *Violence and Victims* 24: 68–82.
- Gross, J. J. (1998). Antecedent- and response-focused emotion regulation: Divergent consequences for experience, expression, and physiology. *Journal of Personality and Social Psychology* 74(1): 224–237.

- McNulty, J. K., Hellmuth, J. C. (2008). Emotion regulation and intimate partner violence in newlyweds. *Journal of Family Psychology* 22: 794–797.
- Pedersen, W., Gonzales, C., Miller, N. (2000). The moderating effect of trivial triggering provocation on displaced aggression. *Journal of Personality and Social Psychology* 78(5): 913–927.
- Smalskys, V. (2008). Policijos personalo rengimo šiuolaikinės kryptys. *Viešojo politika ir administravimas* 23: 88–97.
- Southam-Gerow, M., Kendall, P. C. (2002). Emotion regulation and understanding: Implications for child psychopathology and therapy. *Clinical Psychology Review* 22: 189–222.
- Sullivan, T. N., Helms, S. W., Kliewer, W., Goodman, K. (2010). Associations between sadness and anger regulation coping, emotional expression, and physical and relational aggression among urban adolescents. *Social Development* 19 (1): 30–51.
- Tice, D. M., Bratslavsky, E., Baumeister, R. F. (2001). Emotional distress regulation takes precedence over impulse control: If you feel bad, do it! *Journal of Personality and Social Psychology* 80: 53–67.

RELATION BETWEEN STUDENTS' EMOTION REGULATION AND DISPLACED AGGRESSION

Loreta Zajanchkauskaitė-Staskevičienė, Gintarė Raštutytė

Summary

Despite various preventive measures, studies of aggression's determinants remain relevant even today. Studies of displaced aggression may help for understanding of such incidents, when the objective reasons for aggression acts are difficult to explain. One of the major factors of the aggression phenomenon is emotion regulation (McNulty, Hellmuth, 2008). There is little research on emotion regulation and displaced aggression in Lithuania. Thus, the main goal of this study was to make a review of the works of foreign researchers' in this field and assess how the emotion regulation is associated with displaced aggression in students' sample.

During the past two decades, there has been a dramatic increase in research on emotion regulation. J. J. Gross (1998) describes emotion regulation as a process where a person makes an influence to his emotions, emotional experience and expression. Other authors also define emotion regulation as an emotional experience and expression control with particular emphasis on the control of negative emotions and suppression of emotional stimulation (Garner, Spears, 2000). The studies of K. L. Gratz and L. Roemer (2004) enable identification of factors which were called *difficulties in emotion regulation*. Those factors are non-awareness and non-understanding of emotion, non-acceptance of it, an inability to control impulsive behaviour and act accordingly to achieve the goal experiencing negative emotions, and inability to adapt emotional reactions to the situation.

Most studies analyze the possibilities of emotion reduction, because it is better related with the difficulties of human functioning than reinforcement. The analysis

of the specific emotion regulation techniques often use the term *strategy*, highlighting awareness of human emotion regulation, but still there is the understanding that emotion regulation processes are often proceeded automatically without conscious awareness or contemplation (Groos, 1998). Emotional non-acceptance is also referred as an important aspect which can influence the difficulties in emotion regulation by researchers. When emotions are evaluated as bad or wrong, for example fear or shame, such rating may encourage efforts to avoid these emotions (Gratz, Tull, Wagner, 2005). The study of K. L. Gratz, M. A. Bornovalova, A. Delany-Brumsey, B. Nick and C. W. Lejuez (2007) found a positive relationship between violence in childhood (sexual, physical and emotional) and non-acceptance of emotional response.

T. F. Denso, W. C. Pedersen, N. Miller (2006) indicates that displaced aggression is similar to direct aggression in many ways. On the basis of the understanding of displaced aggression, the aggressive actions can be explained even if it doesn't have objective reasons. Positive feelings to another person do not predict decrease of aggressive behaviour. This is confirmed by the frequency of aggression within families (Gratz, Paulson, Jakupcak, Tully, 2009). When a person directly confronts with provocation, he/she uses a variety of coping techniques, however, when a person has higher level of displaced aggression, he/she uses rumination the most (Denso et al., 2006). The rumination of anger and revenge is treated as the crucial determinant of the displaced aggression (Archer, Ireland, Power, 2007). It is important that anger caused event or angry rumination reinforce this emotion even more. Not only the emotions of anger, but also sadness and oppression regulation ability have the impact on displaced aggression (Sullivan, Helms, Kliever, Goodman, 2010). A. M. Cohn, M. Jakupcak, L. A. Seibert, T. B. Hildebrandt and A. Zeichner (2010) found that men's difficulties in emotion regulation are associated with their difficulties in understanding and tolerating emotions. The most important factor in the relationship between emotion regulation and aggression is person's ability to regulate emotions so that they meet the situational requirements, rather than the rigid application of the same strategies in all life situations.

The aim of this study is to assess the relationship between students' difficulties in emotion regulation and displaced aggression. The chosen subjects are those whose future profession are more or less directly associated with aggression and criminal behaviour. Police and judicial institutions are perceived as a structure of power/control in society. People working in this field often confront with aggression of others. Naturally young people choose these specialties after weighing their abilities to overcome the emotional challenges. It is likely that the characteristics of emotion regulation and displaced aggression will be more clearly defined in such sample.

Hypotheses: Higher expressed difficulties in emotion regulation are related with higher rates of displaced aggression. 2. Students' difficulties in emotion regulation and displaced aggression rates differ, depending on the extent to which the chosen profession is related to the public policy function.

The subjects of the study were 178 students: 82 boys and 96 girls. Methods. Difficulties in Emotion Regulation Scale (Gratz and Roemer, 2004, DERS). The Displaced Aggression Questionnaire (Denson et al., 2006, DAQ). SPSS 17.0 was used for data analysis.

Results. Higher expressed difficulties in emotion regulation are related with higher rates of displaced aggression. This relationship remains analyzing data in the context of separate specialty and gender. The difficulties in emotion regulation are significantly related with nearly all factors of displaced aggression. There is no statistically significant relationship only between a lack of emotional awareness, displaced aggression and revenge planning. Difficulties in emotion regulation and higher rates of displaced aggression are less typical for law and police students, and law and state's border security profession students than for law students. Higher difficulties in emotion regulation are related with stronger tendency to express emotions in the way of hostile behavior with others. However, at this point it is important to note that continued suppression of emotions may be associated with health problems, mood and anxiety disorders (Gross, 1998). According to other authors and our study's findings, it is confirmed that the appropriate education of emotion regulation can be an assumption to reduce not only a direct but also a displaced aggression manifestations in behaviour. The scientists investigating the phenomena of emotional intelligence and mentalization ability have similar findings.

